

標 題 : Adherence to the Mediterranean diet pattern and self-concept in adolescents.
青年における地中海食事パターンの順守と 自己概念

著 者 : W. Onetti, et al. (スペイン ラリオハ国際大学(UNIR) 教育学部)

掲 載 誌 : Nutr. Hosp. 2019 Apr 15 [発行に先立つ電子出版]
〔冊子版は 2019 Jul 1;36(3):658-664〕 (スペイン語文献の英語要旨を和訳)

要 旨 :

はじめに : 青年期は、人格形成 (影響をもたらす各種の心理社会的因子への注目) および成人期になってから確立される習慣の獲得の両方を確立する決定的な時期であると、特徴づけられる。

目 的 : 青年における地中海食事の順守と自己概念の程度を関連付けること。

方 法 : スペイン南部出身の青年 600 人における、MEDAS-14 試験による地中海食事順守の水準と、AF-5 試験で評価した自己概念の教育、社会、感情、家族および身体の側面の知覚との横断的観察研究。

結 果 : 地中海食事の順守は教育水準、年齢および教育の自己概念と正の関連をした ($r=0.19$ から 0.33 , $p<0.01$)、そして教育の自己概念によって説明される分散の 13% および教育と社会の自己概念による 13.8% によって予測された ($p<0.01$)。さらに、高い地中海食事順守を示した青年の 58.3% および低い順守の 13.3% と中程度順守の 28.3% (平均 8.8 点による) は平均の評価に対応した。

結 論 : 地中海食事の順守は教育と社会の自己概念、年齢および教育水準と関連し、それはこれらの変数によって証拠づけられた明らかな食品認識を反映すると、この研究の主な研究結果が示している。さらに青年は、厳格な食事パターンに対応する地中海食事に対して平均的な順守をしており、特に健康的ではない。
